RATGEBER · WASSERSICHERHEIT & KINDESENTWICKLUNG

Schwimmkurse für Kinder

Warum Schwimmenlernen heute wichtiger ist denn je – Fakten, Entwicklungsstufen und ein Wegweiser für Eltern durch das deutsche Schwimmabzeichen-System.

Aktuelle DLRG-Daten | Entwicklungspsychologie | Praxisorientiert

INHALT

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung: Eine Fähigkeit fürs Leben	3
2	Warum Schwimmenlernen heute wichtiger ist denn je	3
3	Die Bäderkrise: Wenn die Infrastruktur fehlt	4
4	Wann ist ein Kind bereit? Entwicklungspsychologische Grundlagen	5
5	Der Weg ins Wasser: Vom Planschen zum sicheren Schwimmen	6
6	Die deutschen Schwimmabzeichen im Überblick	7
7	Wie guter Schwimmunterricht für Kinder funktioniert	7
8	Die richtige Schwimmschule finden	8
9	Die Rolle der Eltern	9
10	Häufige Irrtümer rund ums Schwimmenlernen	10
11	Schwimmfähigkeit ist eine soziale Frage	10
12	Fazit und Ausblick	11
—	Quellenverzeichnis	12

KAPITEL 1

Einleitung: Eine Fähigkeit fürs Leben

> *Schwimmen gehört zu den wenigen Fertigkeiten, die über Freizeitspaß hinaus lebensentscheidend sein können. Und doch wächst in Deutschland eine Generation heran, die diese Fähigkeit seltener beherrscht als ihre Eltern.*

Wer heute mit kleinen Kindern an einem See, im Freibad oder im Urlaub am Meer unterwegs ist, merkt schnell: Wasser übt eine fast magnetische Anziehungskraft auf Kinder aus. Sie planschen, tauchen, springen – lange bevor sie eine Schwimmtechnik beherrschen. Genau in dieser Spannung zwischen kindlicher Neugier und tatsächlichem Können liegt die zentrale Herausforderung, um die es in diesem Ratgeber geht.

Schwimmenlernen ist kein isoliertes sportliches Projekt. Es berührt die motorische Entwicklung, das Selbstvertrauen, die soziale Eigenständigkeit und nicht zuletzt die Sicherheit von Kindern im Alltag. Gleichzeitig ist der Weg dorthin selten geradlinig: Er beginnt lange vor dem ersten offiziellen Schwimmkurs und führt über mehrere Etappen, die in ihrer Bedeutung häufig unterschätzt werden – allen voran das Seepferdchen, das viele Eltern fälschlich für einen Nachweis sicheren Schwimmens halten.

Dieser Ratgeber ordnet die aktuelle Datenlage ein, erklärt die entwicklungspsychologischen Grundlagen des Schwimmenlernens, stellt das deutsche Schwimmabzeichen-System verständlich dar und gibt konkrete Orientierung für die Auswahl eines passenden Kurses. Er richtet sich an Eltern, die eine fundierte, aber gut lesbare Grundlage suchen – ohne Angstmacherei, aber auch ohne die Risiken zu verharmlosen.

KAPITEL 2

Warum Schwimmenlernen heute wichtiger ist denn je

Über viele Jahrzehnte galt Schwimmenkönnen in Deutschland fast als Selbstverständlichkeit. Diese Selbstverständlichkeit bröckelt. Eine repräsentative forsa-Befragung im Auftrag der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) zeigt eine Entwicklung, die Fachleute als alarmierend bezeichnen: Der Anteil der Grundschulkinder zwischen sechs und zehn Jahren, die überhaupt nicht schwimmen können, hat sich zwischen 2017 und 2022 von zehn auf zwanzig Prozent verdoppelt.[1]

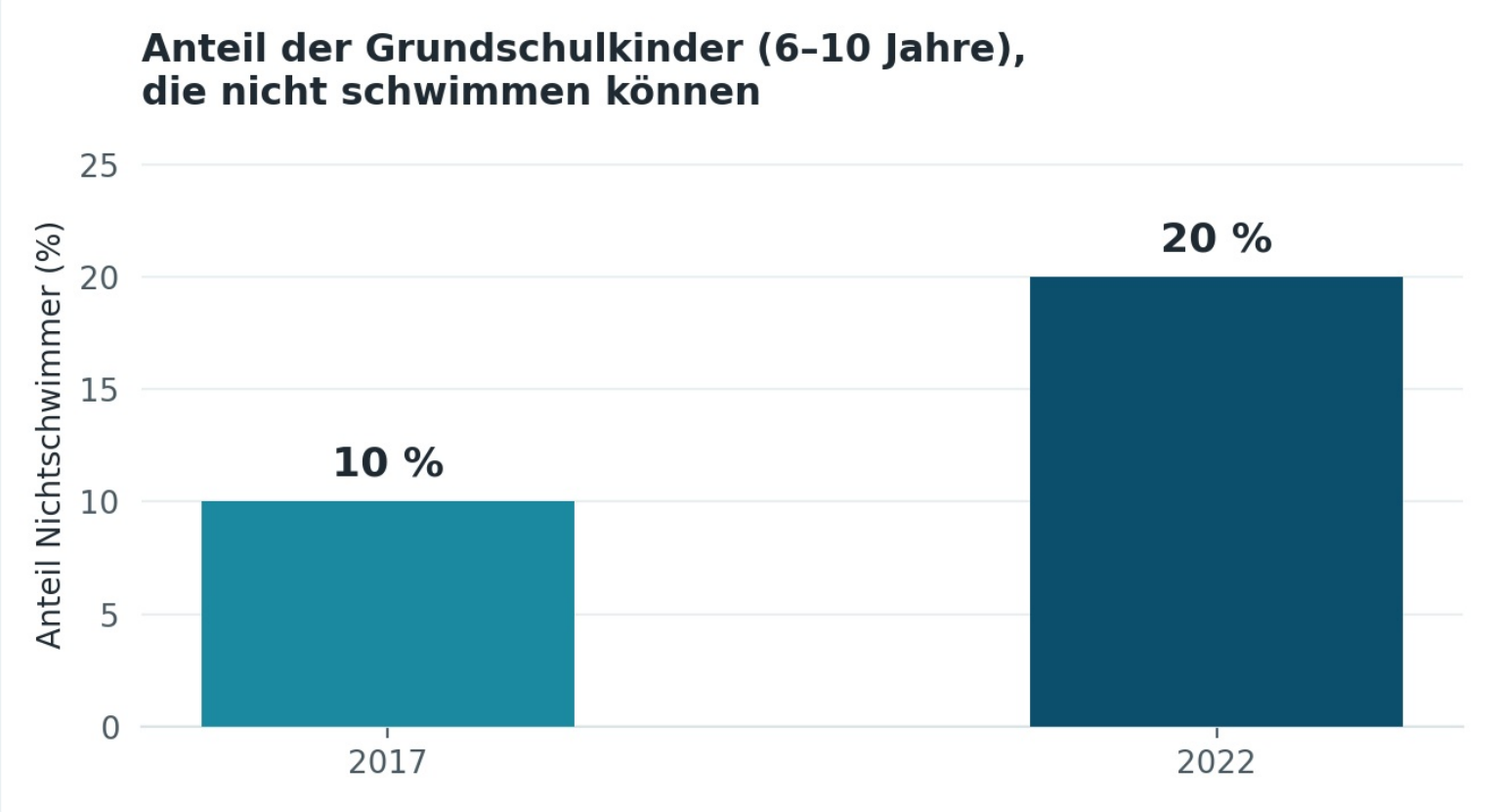

Abb. 1: Anteil der 6- bis 10-jährigen Kinder, die laut Elternangabe nicht schwimmen können. Datenquelle: DLRG/forsa-Repräsentativbefragung „Schwimmfähigkeit der Bevölkerung 2022".[1]

Parallel dazu ist der Anteil der Kinder, die zumindest das Seepferdchen-Abzeichen besitzen, von 69 auf 54 Prozent gesunken.[1] Ein wesentlicher Treiber dieser Entwicklung war die Corona-Pandemie: Über längere Zeiträume fiel Schwimmunterricht in Schulen und Vereinen praktisch komplett aus, während gleichzeitig viele Bäder geschlossen blieben. Die Folgen dieser Lücke wirken bis heute nach, wie auch eine aktuelle Analyse des Bildungsjournalismus bestätigt, die auf Basis der Motorik-Modul-Studie des Robert Koch-Instituts einen langfristigen Rückgang der kindlichen Schwimmfähigkeit dokumentiert.[2]

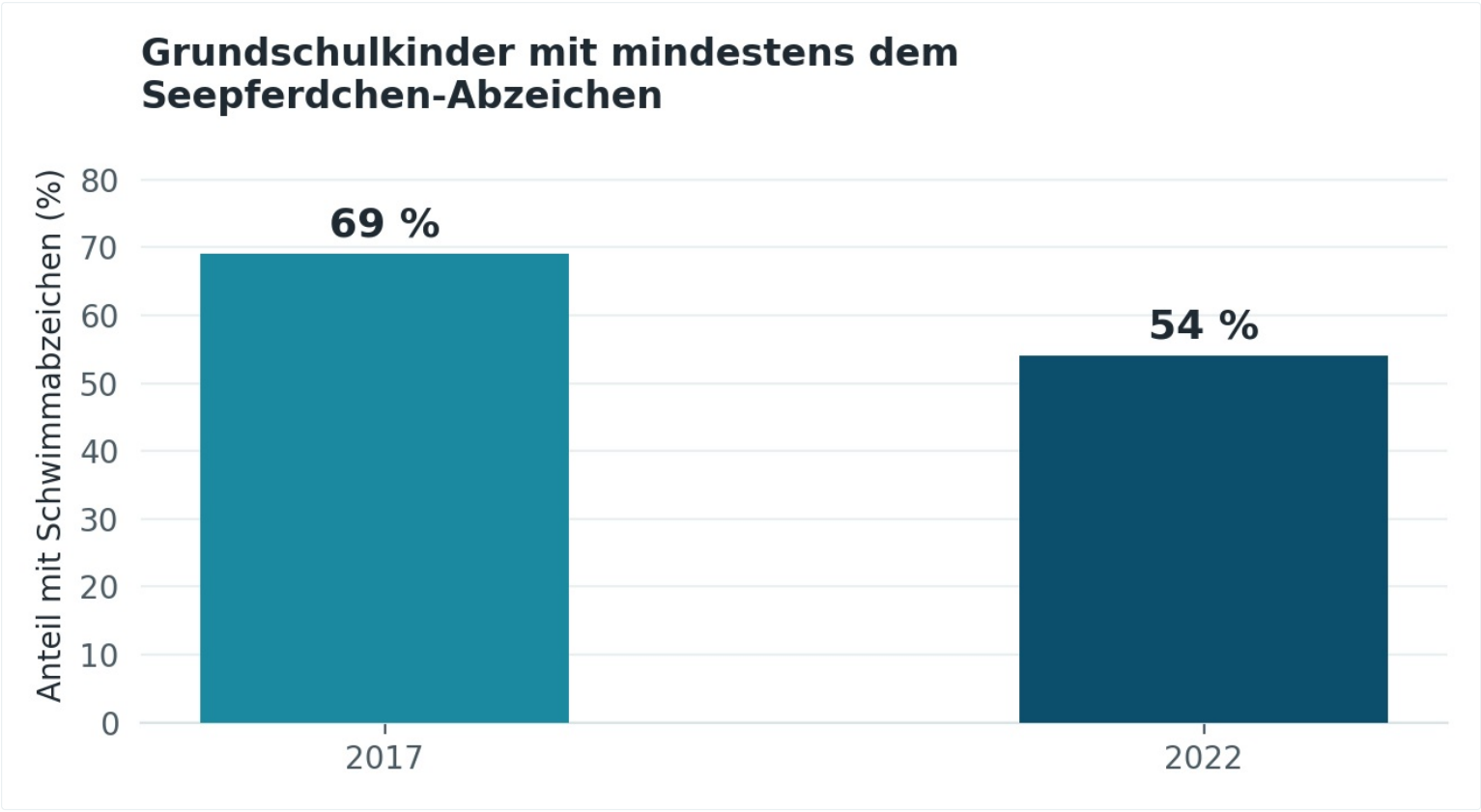

Abb. 2: Anteil der Grundschulkinder mit mindestens dem Frühschwimmerabzeichen „Seepferdchen“. Datenquelle: DLRG/forsa 2022.[1]

Das Missverständnis rund ums Seepferdchen

Ein zentrales Ergebnis der Befragung betrifft die Selbsteinschätzung der Eltern: Viele gehen davon aus, ihr Kind könne bereits sicher schwimmen, sobald das Seepferdchen erworben wurde. Aus fachlicher Sicht ist das ein Trugschluss. Das Seepferdchen bestätigt lediglich grundlegende Wasservertrautheit – als Nachweis für sicheres Schwimmen gilt in Deutschland erst das Schwimmabzeichen Bronze.[1] Bis dahin bleibt intensive Aufsicht am und im Wasser unverzichtbar, auch wenn ein Kind bereits selbstbewusst wirkt.

57 %
KINDER GELTEN LAUT ELTERN ALS SICHERE SCHWIMMER

37 %
GRUNDSCHULKINDER OHNE JEDES SCHWIMMABZEICHEN

2×
SO VIELE NICHTSCHWIMMER WIE 2017

Die Zahlen zu tödlichen Badeunfällen

Auch die jährliche Ertrinkungsstatistik der DLRG unterstreicht, warum das Thema an Dringlichkeit gewinnt. Im Jahr 2025 registrierte die DLRG bundesweit mindestens 393 tödliche Badeunfälle – ein leichter Rückgang gegenüber dem Vorjahr, den die Organisation vor allem auf ein durchwachsenes Sommerwetter zurückführt.[3] Unter Kindern bis zehn Jahren lag die Zahl 2025 mit 13 Fällen erfreulicherweise deutlich unter dem 25-Jahres-Durchschnitt von 29 Fällen.[3] Dennoch bleibt jeder einzelne Fall vermeidbar, und die DLRG weist regelmäßig darauf hin, dass die meisten Unfälle mit Kindern in einem kurzen Moment der Unachtsamkeit von Aufsichtspersonen geschehen, oft im flachen Wasser, in Gartenteichen oder aufblasbaren Pools.[4]

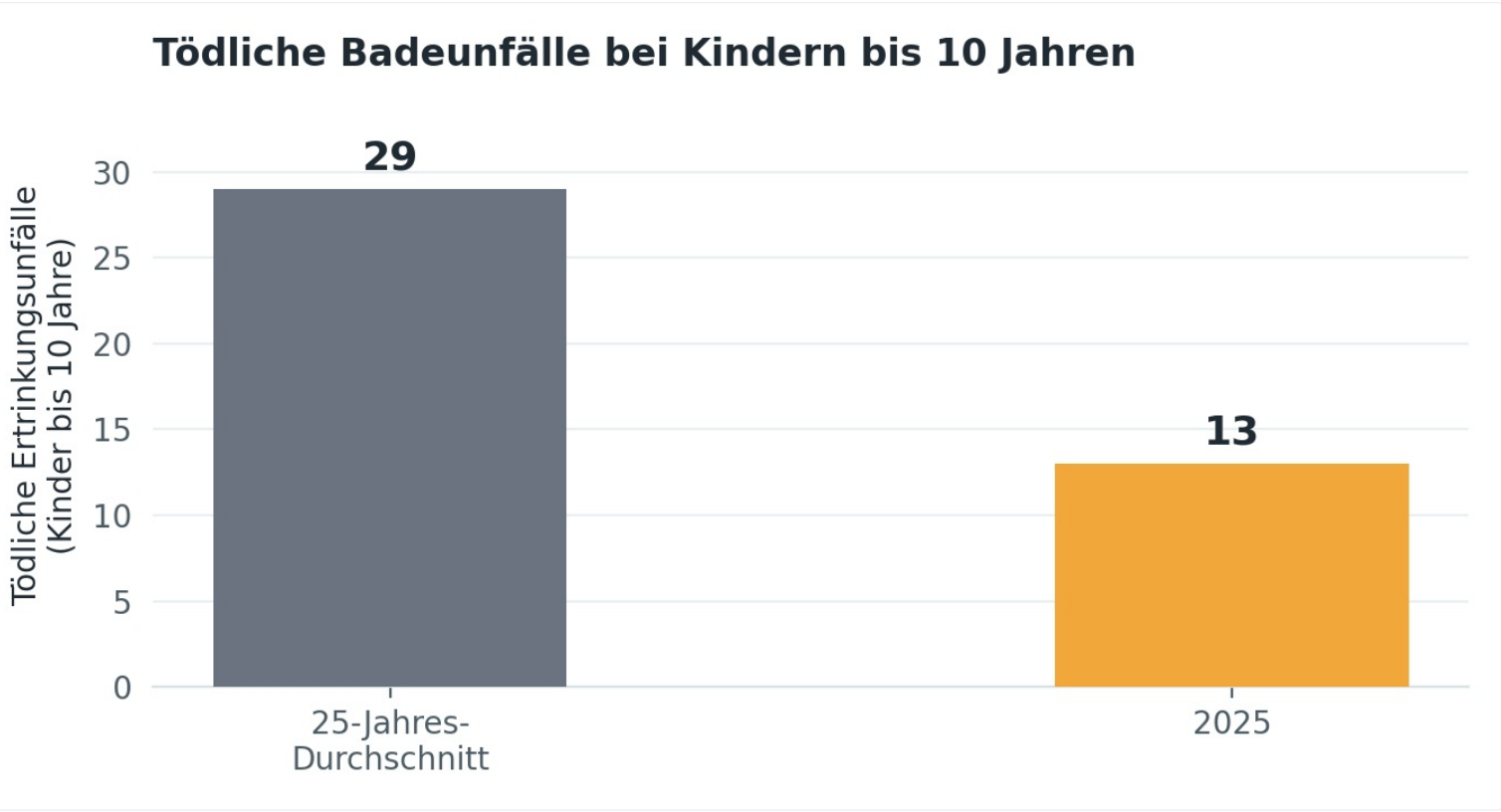

Abb. 3: Tödliche Ertrinkungsunfälle bei Kindern bis 10 Jahren, 2025 im Vergleich zum 25-Jahres-Durchschnitt. Datenquelle: DLRG-Jahresstatistik Ertrinken 2025.[3]

Wichtig zu wissen

Die DLRG-Statistik erfasst ausschließlich Unfälle in offenen Gewässern, Schwimmbädern und ähnlichen Anlagen. Unfälle im häuslichen Umfeld, etwa in der Badewanne oder im heimischen Planschbecken, tauchen in dieser Statistik nicht auf, dürften die tatsächliche Zahl wasserbezogener Gefährdungen für Kinder also zusätzlich erhöhen.[3]

KAPITEL 3

Die Bäderkrise: Wenn die Infrastruktur fehlt

Der Rückgang der Schwimmfähigkeit lässt sich nicht allein mit der Pandemie erklären. Ein strukturelles Problem verschärft die Lage zusätzlich: Deutschland verliert seit Jahren Schwimmbäder, ohne dass in vergleichbarem Tempo neue entstehen. Ein Großteil der bestehenden Bäderlandschaft stammt noch aus den 1970er-Jahren; seit der Jahrtausendwende mussten bundesweit hunderte Bäder schließen, und mindestens die Hälfte der verbliebenen Anlagen gilt als sanierungsbedürftig.[5]

Diese Entwicklung trifft besonders kleinere Orte. Während 2017 noch 92 Prozent der Befragten ein gut erreichbares Schwimmbad in ihrer Nähe hatten, waren es 2022 nur noch 87 Prozent – in Orten mit weniger als 5.000 Einwohnern sank der Wert sogar von 90 auf 78 Prozent.[1] Wo Wasserflächen fehlen, fehlt zwangsläufig auch die Gelegenheit, das Schwimmen überhaupt zu üben – unabhängig davon, wie motiviert Eltern oder Kinder sind.

Warum das Betreibermodell eine Rolle spielt

Diese Lücke erklärt zugleich, warum sich in den vergangenen Jahren vermehrt asset-light arbeitende Schwimmschulen etabliert haben, die keine eigenen Bäder besitzen, sondern Wasserzeiten in bestehenden öffentlichen Bädern, Hotels, Vereinen oder Fitnessstudios anmieten. Dieses Modell macht Kursangebote unabhängiger von aufwendigen Neubauprojekten und kann freie Kapazitäten in bestehenden Anlagen gezielt für Schwimmunterricht nutzbar machen, statt auf den oft jahrzehntelangen Bau neuer Bäder zu warten.

Auf verbandlicher Ebene wird parallel an langfristigen Lösungen gearbeitet. Die DLRG hat gemeinsam mit Partnern der sogenannten Bäderallianz Deutschland ein Stufenmodell für eine bedarfsgerechte Bäderentwicklung erarbeitet, das von wohnortnahen Lehrschwimmbecken bis zu überregionalen Spitzensportbädern reicht.[5] Bis eine solche Strategie flächendeckend Wirkung zeigt, bleibt es jedoch an Familien und privaten Anbietern, die entstandene Lücke praktisch zu überbrücken.

Einordnung

Die Verfügbarkeit von Wasserfläche ist kein Nebenschauplatz, sondern eine der Kernursachen der aktuellen Entwicklung. Eltern, die keinen Kursplatz in Wohnortnähe finden, sollten deshalb bewusst auch Angebote außerhalb klassischer Schwimmvereine in Betracht ziehen, etwa in Hotelbädern, Reha-Einrichtungen oder Fitnessstudios mit Schwimmbecken.

KAPITEL 4

Wann ist ein Kind bereit? Entwicklungspsychologische Grundlagen

> *Es gibt kein universelles Startdatum fürs Schwimmenlernen – wohl aber Entwicklungsfenster, in denen bestimmte Schritte besonders gut gelingen.*

Fachleute unterscheiden grundsätzlich zwischen zwei Phasen: der frühen Wassergewöhnung und dem eigentlichen, technikorientierten Schwimmenlernen. Beide verfolgen unterschiedliche Ziele und sollten nicht miteinander verwechselt werden.

Phase 1: Wassergewöhnung ab dem Baby- und Kleinkindalter

Schon ab dem Säuglingsalter können Kinder behutsam mit Wasser vertraut gemacht werden – nicht mit dem Ziel, schwimmen zu lernen, sondern um Vertrauen aufzubauen und den Körper im Wasser kennenzulernen. Studien zur motorischen Entwicklung, etwa die deutsche MUKi-Studie, deuten darauf hin, dass frühe Wassererfahrung besonders dann positive Effekte auf Körperhaltung und spätere Bewegungskoordination haben kann, wenn Kinder noch nicht laufen können.[6] Auch eine Untersuchung von

Sigmundsson und Hopkins aus dem Jahr 2005 fand bei Vierjährigen mit früher Wassererfahrung bessere Ergebnisse bei Koordinations- und Gleichgewichtsübungen als bei Kindern ohne diese Erfahrung.[6] Diese frühkindliche Wassergewöhnung wird auch von der Weltgesundheitsorganisation als sinnvoller Präventionsbaustein eingeordnet, sofern sie von durchgehender Aufsicht begleitet wird.[7]

Wichtig ist dabei die Erwartungshaltung: Babyschwimmen ersetzt kein späteres Schwimmenlernen und hat für sich genommen keinen direkten Effekt auf die spätere Schwimmfähigkeit im technischen Sinn.[8] Sein Wert liegt vor allem in der Angstfreiheit, die daraus entstehen kann, sowie in motorischen Grundlagen wie Gleichgewicht und Körperspannung.

Phase 2: Das eigentliche Schwimmenlernen

Für den systematischen Schwimmunterricht mit dem Ziel Seepferdchen gilt in Deutschland meist ein Alter von etwa fünf Jahren als besonders günstig, da hier Motorik, Konzentrationsfähigkeit und die Fähigkeit, Anweisungen zu folgen, am zuverlässigsten ausgeprägt sind.[9] US-amerikanische Fachgesellschaften wie die Cleveland Clinic nennen einen ähnlichen Richtwert um den vierten Geburtstag herum.[10] Entscheidend ist am Ende weniger das exakte Alter als das Zusammenspiel dreier Faktoren:

- **Körperliche Reife:** ausreichende Muskelkraft und Koordination für Grundbewegungen wie Armzug, Beinschlag und Atemtechnik.
- **Emotionale Bereitschaft:** Freude am Element Wasser statt Angst, sowie die Fähigkeit, sich kurzzeitig von den Eltern zu lösen und einer fremden Lehrperson zu folgen.
- **Kognitive Reife:** das Verständnis und die Umsetzung mehrschrittiger Anweisungen in der Gruppe.

Fehlt eines dieser Elemente, ist es meist sinnvoller, mit weiterer spielerischer Wassergewöhnung zu überbrücken, statt ein Kind zu früh in einen leistungsorientierten Kurs zu drängen. Der Grundsatz vieler Schwimmpädagoginnen und -pädagogen lautet dabei: lieber früh mit der Gewöhnung beginnen, aber beim technischen Lernen die individuelle Reife abwarten.[9]

KAPITEL 5

Der Weg ins Wasser: Vom Planschen zum sicheren Schwimmen

Der Entwicklungsweg vom ersten Wasserkontakt bis zum sicheren Schwimmen lässt sich in vier aufeinander aufbauende Etappen gliedern. Jede Etappe hat ein eigenes, klar abgrenzbares Ziel – Verwechslungen zwischen den Stufen sind der häufigste Grund, warum Eltern die Schwimmfähigkeit ihres Kindes überschätzen.

Etappe	Richtwert Alter	Ziel	Was noch NICHT gilt
1 · Wassergewöhnung	ab ca. 6–12 Monaten	Vertrauen zum Wasser, Blubbern, Schweben mit Halt, Spaß am Element	Kein Schwimmenlernen, keine Technik
2 · Vorschulkurse	ab ca. 4 Jahren	Ängste abbauen, erste Gleitlagen, Ausatmen ins Wasser, Sprung vom Beckenrand	Noch kein Nachweis sicheren Schwimmens
3 · Seepferdchen	meist ab 5 Jahren	25 m Schwimmen, Gegenstand aus schultertiefem Wasser holen, Sprung vom Beckenrand	**Kein Nachweis sicheren Schwimmens** – weiterhin Aufsichtspflicht
4 · Bronze / Silber / Gold	ab ca. 6–10 Jahren	200–600 m Schwimmen, Streckentauchen, Sprung aus der Höhe, Baderegeln, Selbstrettung	Erst ab Bronze gilt ein Kind als sicherer Schwimmer[11]

Diese Struktur macht deutlich, warum das Seepferdchen zwar ein wichtiger und motivierender Meilenstein ist, aber eben nur ein Zwischenschritt. Die DLRG formuliert es unmissverständlich: Wer ausschließlich das Seepferdchen besitzt, muss beim Schwimmen weiterhin intensiv beaufsichtigt werden, da erst die Schwimmabzeichen Bronze, Silber und Gold sicheres Schwimmen nachweisen.[11]

> **Praxistipp**
> Nach dem Seepferdchen lohnt sich eine möglichst kontinuierliche Weiterführung des Unterrichts. Längere Pausen nach dem Seepferdchen führen häufig dazu, dass bereits erlernte Technik und Ausdauer wieder verloren gehen – der Weg zu Bronze wird dadurch unnötig verlängert.

KAPITEL 6

Die deutschen Schwimmabzeichen im Überblick

Seit der Reform der Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen zum 1. Januar 2020 gibt es keine separate Trennung mehr zwischen Jugend- und Erwachsenenschwimmabzeichen – die Anforderungen gelten altersunabhängig für alle, die ein bestimmtes Leistungsniveau nachweisen möchten.[11] Für Familien ist vor allem die folgende Übersicht relevant:

Abzeichen	Kernanforderung	Aussagekraft
Seepferdchen	Sprung vom Beckenrand, 25 m Schwimmen, Gegenstand aus schultertiefem Wasser holen	Wassergewöhnung erfolgreich, *kein* Sicherheitsnachweis
Bronze (Freischwimmer)	200 m Schwimmen in max. 15 Min., davon 150 m Bauch- und 50 m Rückenlage; zweimaliges Tauchen aus ca. 2 m Tiefe; Sprung aus 1 m Höhe	Gilt als erster echter Nachweis sicheren Schwimmens[12]
Silber	400 m Schwimmen in max. 25 Min. (300 m Bauch-, 100 m Rückenlage); Streckentauchen; vertiefte Baderegeln	Ausdauer und Sicherheit in tieferem Wasser
Gold	600 m Schwimmen in mehreren Schwimmarten; komplexere Rettungs- und Tauchübungen; Erste-Hilfe-Grundkenntnisse	Höchstes reguläres Schwimmabzeichen, Basis für Rettungsschwimmausbildung[12]

Ergänzend bietet die DLRG ab zehn Jahren das Juniorretter-Abzeichen als Vorbereitung auf die eigentliche Rettungsschwimmausbildung an. Bemerkenswert: Im vergangenen Jahr wurden erstmals seit 20 Jahren wieder über 9.000 Juniorretter-Abzeichen vergeben – ein Hinweis darauf, dass das Interesse junger Menschen an Wassersicherheit und Rettungskompetenz spürbar zunimmt.[3]

KAPITEL 7

Wie guter Schwimmunterricht für Kinder funktioniert

Nicht jeder Schwimmkurs ist gleich aufgebaut, und nicht jede Methode passt zu jedem Kind. Dennoch lassen sich einige didaktische Grundprinzipien benennen, die sich in der Praxis von Schwimmschulen und Vereinen bewährt haben.

Kleine Gruppen statt Massenabfertigung

Die Gruppengröße beeinflusst maßgeblich, wie viel individuelle Betreuung ein Kind erhält. In sehr großen Gruppen mit vielen Kindern pro Lehrkraft bleibt für gezielte Wassergewöhnung häufig zu wenig Raum, insbesondere wenn einzelne Kinder noch deutliche Berührungsängste mit dem Wasser haben.[13] Kleinere Gruppen oder zeitweise Einzelbetreuung ermöglichen es, auf unterschiedliche Ausgangsniveaus einzugehen, was gerade in der sensiblen Anfangsphase den Unterschied zwischen einer positiven und einer angstbesetzten Grunderfahrung ausmachen kann.

Schrittweiser Aufbau statt Zeitdruck

Guter Unterricht folgt einer klaren Progression: von der Wassergewöhnung über Gleitlagen, Ausatmen ins Wasser und Grundtechniken bis zur ersten zusammenhängenden Schwimmstrecke. Wird dieser Aufbau übersprungen oder zu stark beschleunigt, entstehen häufig Bewegungsmuster, die später mühsam korrigiert werden müssen – etwa eine falsche Atemtechnik oder eine unökonomische Körperlage im Wasser.

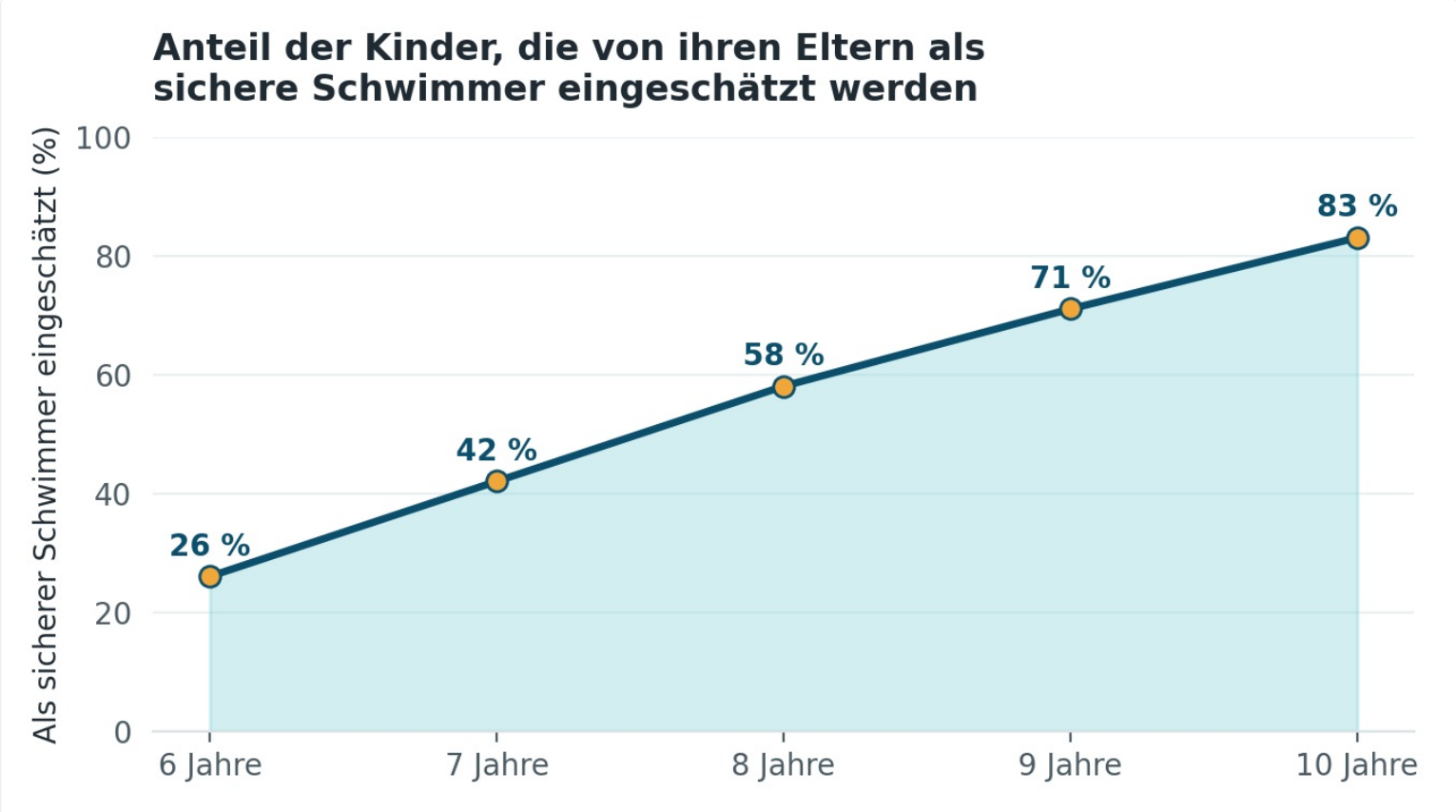

Abb. 4: Anteil der Kinder, die von ihren Eltern als sichere Schwimmer eingeschätzt werden, nach Alter (Werte für 6 und 10 Jahre erhoben, Zwischenwerte zur Veranschaulichung interpoliert). Datenquelle: DLRG/forsa 2022.[1]

Bezeichnend ist, dass der Anteil der als „sicher schwimmend“ eingeschätzten Kinder mit dem Alter deutlich steigt: von 26 Prozent bei den Sechsjährigen auf 83 Prozent bei den Zehnjährigen.[1] Das bestätigt, dass Schwimmsicherheit ein Prozess ist, der sich über mehrere Jahre und mehrere Kursstufen entwickelt – nicht das Ergebnis eines einzelnen Anfängerkurses.

Spielerisches Lernen als Motivationsmotor

Kinder lernen motorische Fertigkeiten nachweislich effektiver, wenn Übungen in spielerische Kontexte eingebettet sind statt in isolierte Technikübungen. Elemente wie Tauchspiele, kleine Wettbewerbe oder Rollenspiele („Rettungsschwimmer“, „Delfin“) fördern nicht nur die Motivation, sondern auch die Bereitschaft, sich neuen und zunächst unangenehmen Erfahrungen wie dem Untertauchen zu stellen.

KAPITEL 8

Die richtige Schwimmschule finden

> *Angesichts der beschriebenen Bäderkrise und der gestiegenen Nichtschwimmerquote lohnt sich ein bewusster, kriteriengeleiteter Blick auf das Kursangebot vor Ort statt einer Anmeldung nach Zufallsprinzip.*

Aus den in diesem Ratgeber dargestellten Erkenntnissen lassen sich sechs Kriterien ableiten, die Eltern bei der Auswahl einer Schwimmschule oder eines Vereinskurses helfen:

- **Qualifikation der Lehrkräfte:** Anerkannte Ausbildungen, etwa als DLRG-Schwimmausbilder/in oder über den Deutschen Schwimm-Verband, sichern einheitliche pädagogische und sicherheitsrelevante Standards.
- **Gruppengröße:** Ein gutes Betreuungsverhältnis erlaubt individuelle Rückmeldung und Sicherheit – insbesondere für ängstliche Kinder.
- **Klarer Kursaufbau:** Nachvollziehbare Etappen von der Wassergewöhnung bis zum jeweiligen Abzeichen statt einmaliger „Crashkurse“.
- **Wassertemperatur und Beckentiefe:** Für Kinder geeignete, warme Lernbecken mit angepasster Tiefe reduzieren Stress und fördern die Konzentration.
- **Transparente Kommunikation:** Regelmäßige Rückmeldung zum Lernfortschritt statt reiner „Blackbox“ bis zur Abschlussprüfung.

- **Erreichbarkeit:** Angesichts der eingangs beschriebenen Bäderknappheit lohnt sich auch der Blick auf Angebote außerhalb klassischer Vereinsstrukturen, etwa in Hotelbädern oder Fitnesseinrichtungen mit eigenem Lehrschwimmbecken.

Orientierung für die Praxis: Anbieter, die nach diesen Kriterien arbeiten, gliedern ihr Angebot meist klar nach Altersgruppe und Vorerfahrung. Eine Übersicht strukturierter **Schwimmkurse für Kinder** zeigt beispielhaft, wie sich Wassergewöhnung, Seepferdchen-Vorbereitung und weiterführende Kurse in der Praxis sinnvoll aufeinander aufbauen lassen.

Warum sich ein Probetermin lohnt

Viele Anbieter ermöglichen eine Schnupperstunde vor der eigentlichen Anmeldung. Das gibt Eltern die Gelegenheit, die Atmosphäre im Wasser, den Umgang der Lehrkraft mit ängstlichen Kindern und die tatsächliche Gruppengröße im Alltag zu beobachten – Informationen, die sich aus einer Website oder einem Flyer allein kaum erschließen lassen.

KAPITEL 9

Die Rolle der Eltern

Kein Schwimmkurs kann die Rolle der Eltern vollständig ersetzen. Sowohl bei der Vorbereitung als auch begleitend zum Unterricht können Eltern viel dazu beitragen, dass ihr Kind sicherer und schneller schwimmen lernt.

Vor dem Kurs

- Regelmäßige, entspannte Wasserkontakte ohne Leistungsdruck schaffen – etwa gemeinsames Planschen im Freibad.
- Eigene Unsicherheiten oder Ängste gegenüber Wasser möglichst nicht auf das Kind übertragen; Kinder übernehmen die emotionale Haltung ihrer Bezugspersonen oft unbewusst.
- Realistische Erwartungen an das Tempo des Lernprozesses setzen – jedes Kind hat ein individuelles Entwicklungstempo.

Während des Kurses

- Regelmäßige Teilnahme ermöglichen; Lernfortschritte im Schwimmen bauen stark aufeinander auf, Fehlzeiten wirken sich überdurchschnittlich stark aus.
- Zu Hause oder im Freibad das Gelernte in entspannter Atmosphäre wiederholen lassen, ohne die Rolle der Lehrkraft zu übernehmen.
- Loben statt vergleichen: Der Fortschritt des eigenen Kindes zählt, nicht das Tempo anderer Kinder in der Gruppe.

Nach dem Seepferdchen: Dranbleiben

Der größte elterliche Irrtum entsteht häufig genau hier: Nach dem Seepferdchen lässt die Motivation vieler Familien spürbar nach, obwohl das Kind aus fachlicher Sicht gerade erst am Anfang steht. Wie in Kapitel 5 beschrieben, ist erst das Schwimmabzeichen Bronze ein tragfähiger Sicherheitsnachweis. Eltern sollten diesen nächsten Schritt deshalb aktiv im Blick behalten und einen Anschlusskurs einplanen, statt die Schwimmausbildung mit dem Seepferdchen als „abgeschlossen“ zu betrachten.

> **Aufsicht bleibt Elternaufgabe**
> Unabhängig vom Ausbildungsstand des Kindes gilt: Aufsicht am Wasser ersetzt kein Abzeichen. Die DLRG weist regelmäßig darauf hin, dass die meisten Unfälle mit Kindern in einem kurzen, unachtsamen Moment passieren – nicht, weil ein Kind grundsätzlich nicht schwimmen kann.[4]

KAPITEL 10

Häufige Irrtümer rund ums Schwimmenlernen

Rund um das Thema Schwimmenlernen kursieren einige hartnäckige Missverständnisse. Ein genauerer Blick lohnt sich, weil sie das Sicherheitsempfinden vieler Eltern spürbar – und mitunter gefährlich – verzerren können.

Irrtum 1: „Mein Kind hat das Seepferdchen, also kann es schwimmen.“

Wie in den Kapiteln 5 und 6 ausführlich erläutert, bescheinigt das Seepferdchen lediglich grundlegende Wasservertrautheit. Sicheres Schwimmen im Sinne der Deutschen Prüfungsordnung beginnt erst mit dem Abzeichen Bronze.[11]

Irrtum 2: „Babyschwimmen macht mein Kind zum frühen Schwimmer.“

Babyschwimmen fördert nachweislich Wassergewöhnung, Angstfreiheit und motorische Grundlagen wie Gleichgewicht.[6] Einen direkten Einfluss auf die spätere technische Schwimmfähigkeit hat es jedoch nicht – dafür braucht es weiterhin den systematischen Schwimmunterricht ab dem Vorschulalter.[8]

Irrtum 3: „Schwimmflügel oder Schwimmweste machen mein Kind sicher.“

Auftriebshilfen können beim spielerischen Wassergewöhnen unterstützen, ersetzen aber keine ständige Aufsicht und keine tatsächliche Schwimmfähigkeit. Sie vermitteln mitunter sogar ein trügerisches Sicherheitsgefühl – sowohl beim Kind als auch bei Aufsichtspersonen.

Irrtum 4: „Je früher der Kurs, desto besser.“

Ein zu früher Einstieg in den technikorientierten Unterricht, bevor die motorische und emotionale Reife vorhanden ist, führt häufig zu Frustration statt zu schnellerem Fortschritt. Sinnvoller ist es, die Wassergewöhnung früh, aber spielerisch zu beginnen und den eigentlichen Technikunterricht an der individuellen Reife des Kindes auszurichten, wie in Kapitel 4 beschrieben.[9]

Irrtum 5: „Ein Kind, das gut schwimmt, braucht keine Aufsicht mehr.“

Selbst Kinder mit Bronze- oder Silberabzeichen sollten in offenen Gewässern, an Strömungen oder bei größeren Distanzen weiterhin beaufsichtigt werden. Wellengang, Strömung, Kälte oder Erschöpfung können auch technisch versierte Schwimmerinnen und Schwimmer überfordern – ein Aspekt, den auch die Rettungsschwimmausbildung explizit thematisiert.[12]

KAPITEL 11

Schwimmfähigkeit ist eine soziale Frage

Ein Aspekt der aktuellen Datenlage wird in der öffentlichen Diskussion oft zu wenig beachtet: Die Wahrscheinlichkeit, dass ein Kind nicht schwimmen kann, hängt eng mit dem Haushaltseinkommen der Familie zusammen.

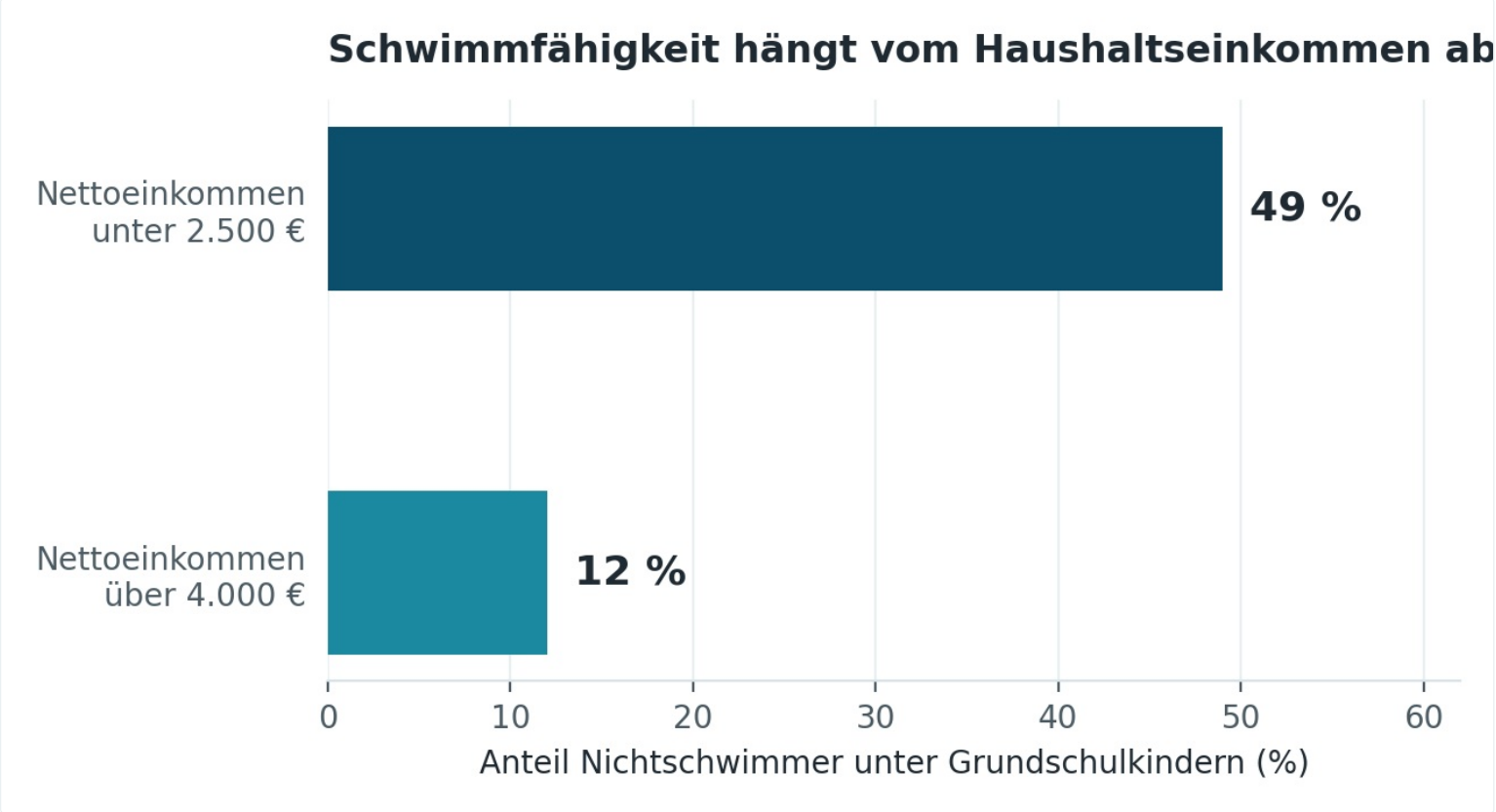

Abb. 5: Anteil der Nichtschwimmer unter Grundschulkindern nach monatlichem Netto-Haushaltseinkommen. Datenquelle: DLRG/forsa 2022.[1]

In Haushalten mit einem monatlichen Nettoeinkommen unter 2.500 Euro kann fast jedes zweite Kind (49 Prozent) nicht schwimmen. In Haushalten mit einem Nettoeinkommen über 4.000 Euro sind es lediglich 12 Prozent.[1] Auch Kinder mit Hauptschulabschluss der Eltern beziehungsweise mit Migrationshintergrund sind überdurchschnittlich häufig betroffen.[1]

Die DLRG führt diesen Zusammenhang unter anderem auf die Kosten von Schwimmkursen, den zeitlichen Aufwand und die ungleiche Verteilung gut erreichbarer Bäder zurück und fordert deshalb eine stärkere Verankerung von Schwimmunterricht im regulären Schulbetrieb, da Schulen im Gegensatz zu Vereinen grundsätzlich alle Kinder erreichen.[14] Für Eltern bedeutet dieser Befund vor allem eines: Wer die Möglichkeit hat, einen Kurs zu finanzieren, sollte diesen Vorteil bewusst nutzen – und gleichzeitig ein offenes Auge dafür haben, dass nicht alle Familien im Umfeld über dieselben Möglichkeiten verfügen, etwa bei der Organisation von Fahrgemeinschaften zum nächsten Bad.

KAPITEL 12

Fazit und Ausblick

Die Datenlage zeichnet ein klares Bild: Schwimmenlernen ist in Deutschland kein erledigtes Thema, sondern eine wachsende Herausforderung. Eine sinkende Zahl verfügbarer Bäder trifft auf eine gestiegene Zahl von Kindern, die grundlegende Wassersicherheit fehlt – mit spürbaren Unterschieden je nach Einkommen und Wohnort.

Gleichzeitig zeigt der Blick auf die Entwicklungspsychologie und die Struktur des deutschen Schwimmabzeichen-Systems, dass es einen klaren, gut erforschten Weg gibt: von der frühen, spielerischen Wassergewöhnung über das Seepferdchen als motivierenden Zwischenschritt bis zum tatsächlichen Sicherheitsnachweis mit dem Abzeichen Bronze. Wer diesen Weg kennt, kann bewusster planen, realistischer einschätzen, wo das eigene Kind steht, und typische Fehleinschätzungen – allen voran die Überschätzung des Seepferdchens – vermeiden.

Für Eltern bleibt die wichtigste Erkenntnis vielleicht die einfachste: Schwimmenlernen ist ein mehrjähriger Prozess, kein einmaliger Kurs. Kontinuität, passende Kursauswahl und aufmerksame Begleitung durch die Eltern wirken dabei zusammen – und machen am Ende den Unterschied zwischen einem Kind, das sich im Wasser sicher bewegt, und einem Kind, das lediglich planschen gelernt hat.

ANHANG

Quellenverzeichnis

[1] Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) e. V.: Repräsentativbefragung „Schwimmfähigkeit der Bevölkerung 2022“, durchgeführt von forsa im Auftrag der DLRG, Bad Nenndorf 2022.

[2] Wiarda, Jan-Martin: „Immer weniger Grundschüler können schwimmen“, Wiarda-Blog, unter Bezug auf die Motorik-Modul-Studie (MoMo) des Robert Koch-Instituts, Juni 2025.

[3] Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) e. V.: Jahresstatistik „Todesfälle durch Ertrinken 2025“, Presseinformation, Bad Nenndorf, März 2026.

[4] Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) e. V., Landesverband Baden: Pressemitteilung zur Zwischenbilanz Ertrinken 2025, „Eltern sind die Aufsicht“-Kampagne, August 2025.

[5] Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) e. V.: Stellungnahme zur Bäderlandschaft in Deutschland, Anhörung Deutscher Bundestag, Januar 2026.

[6] JULIDU: „Babyschwimmen: Vorteile, Nachteile und optimales Einstiegsalter“, unter Bezug auf die MUKi-Studie sowie Sigmundsson, H. & Hopkins, B. (2005), 2023.

[7] Weltgesundheitsorganisation (WHO): Präventionsbausteine zu Ertrinken bei Kleinkindern, Angaben zitiert nach SwimY, 2025.

[8] Elternwissen.com: „Richtig schwimmen lernen: So klappt es garantiert!“, Redaktionsbeitrag, 2025.

[9] SwimY: „Ab wann Schwimmkurs für Kinder? Das ideale Alter zum Schwimmenlernen“, 2025.

[10] Pimpertz: „Schwimmen lernen ab welchem Alter: Empfehlungen 2025“, unter Bezug auf Angaben der Cleveland Clinic, 2025.

[11] Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) e. V.: „Die Schwimmabzeichen: von Seepferdchen bis Gold“, Ausbildungsportal, abgerufen 2026.

[12] Deutscher Schwimm-Verband (DSV) e. V.: „Infos zu den Schwimmabzeichen“, Deutsche Prüfungsordnung Schwimmen–Retten–Tauchen (DPO), Stand 2020; sowie Pimpertz: „DLRG Schwimmprüfungen erklärt: Leitfaden für Eltern 2026“.

[13] SwimSkills: „Ab wann schwimmen lernen für Kinder sinnvoll ist“, Fachbeitrag, 2025.

[14] Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) e. V.: Pressemitteilung „Zahl der Nichtschwimmer im Grundschulalter hat sich verdoppelt“, 2023.

Hinweis: Alle statistischen Angaben basieren auf den zum Zeitpunkt der Erstellung öffentlich zugänglichen Veröffentlichungen der genannten Institutionen. Prozentangaben aus Elternbefragungen beruhen auf Selbstauskunft und stellen keine standardisierte Schwimmleistungsmessung dar.